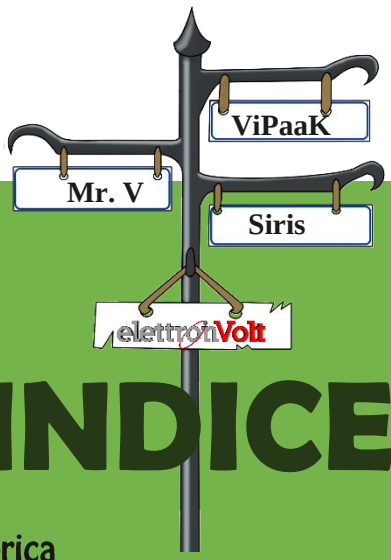
Anno IV – Numero XI – gennaio / febbraio / marzo 2014 – Il Giornalino del L.S.S. Vito Volterra

elettronVolt

liceovolterra.it

"C'è qualcosa di tragico nel fatto che non appena l'uomo inventò una macchina capace di sostituirlo nel lavoro, cominciò a patire la fame."

Oscar Wilde



INDICE

Rubrica
Facilità: la nostra dea (pag. 3)
Cronaca
Un viaggio, una speranza... (pag. 4)
Debito pubblico: come venirne fuori? (pag. 5)
Dossier
La vergogna in Italia: illudere delle vite con le staminali (pagg. 5, 6)
La robotica in aiuto di anziani e disabili (pag. 7)
Flessibili? Sì, grazie (pag. 8)
Cultura
AVGVSTO: il ritratto di un'epoca alle Scuderie del Quirinale (pagg. 10, 11)
L'arte in Italia tra importanza e disinteresse (pagg. 12, 13)
Costume&società
Le nostre droghe quotidiane (pagg. 14, 15)
Videogames: tra realtà e finzione (pag. 16)
ESPRESSAMENTE Starbucks-mania (pagg. 18, 19)
Perché ci abbuffiamo? (pagg. 20, 21)
Se non sei come me non mi interessi (pag. 22)
Racconti
Ricordi di Ponte Sublicio (pag. 17)
Il Grattacielo (pagg. 23, 24, 25)
Recensioni
La vendetta veste Prada (pag. 26)
Looper (pag. 27)
Angolo nonni
Storie al telefono (pag. 28)
Sport
"Il caso Neymar: quando i soldi rovinano il calcio" (pag. 29)
Disegni (pag. 32)
Redazione (pag 33)

UN TRAGUARDO SODDISFACENTE

Carissimi Volterriani,
eccoci qui con il nuovo numero di "elettronVolt", il secondo di quest'anno e l'undicesimo dall'inizio di questa avventura. La volta scorsa, presi dall'intenso lavoro, non ci siamo resi conto di essere arrivati al decimo numero, un grandissimo traguardo per tutti noi e per questo giornale, un traguardo che ci sprona a continuare e a raggiungere cime più alte nonostante i problemi che si presentano in fase di realizzazione; un lavoro che sta rendendo partecipi anche persone che non fanno parte della redazione, sia con articoli coinvolgenti e riguardanti temi di scottante attualità, sia con disegni e immagini.
Ed è grazie ad un collaboratore esterno che siamo riusciti a creare questa meravigliosa copertina che preannuncia il tema del giornalino: la TECNOLOGIA con approfondimenti su nuove invenzioni, le batterie flessibili o su metodiche recentemente introdotte in ambito medico.
Un grazie anche ai nonni che si stanno impegnando a scrivere articoli per la nuova rubrica "L'angolo dei nonni", nata quest'anno, che sta riscuotendo un grande successo.
Inoltre continuiamo in questo numero con il secondo dei tre racconti premiati al concorso "La Scrittura Non Va In Esilio", promosso dalla fondazione Centro Astalli.
Detto questo vi ringrazio nuovamente per il supporto che continuate a darci e vi auguro buona lettura.

gabriele giuliani

FACILITÀ: LA NOSTRA DEA

'La facilità è la dea che divora i nostri pensieri, è una truffa che rischia di impoverire i nostri giorni'
Marco Lodoli

Voglio iniziare con una domanda ed una riflessione che la lettura del testo *Il rosso e il blu* mi ha imposto: "Che cos'è davvero la facilità che attanaglia il mondo della scuola e dei giovani?"
L'uomo ha un grande potere, quello d'immaginare, di pensare, di inventare e, se non sapesse viaggiare con la mente, l'astratto non avrebbe vita.
Nella nostra realtà, forse, l'immaginazione è il caricabatterie della nostra forza.
L'uomo dove applica tutta la sua energia? Cosa sta facendo del suo pensiero?
Servirebbe osservare più attentamente chi e ciò che ci circonda e in un attimo tutto sarebbe più chiaro.
Ma è difficile: osservare induce ad un consumo troppo elevato di energia, una forza che l'uomo sta decidendo di tenere per sé.
Siamo in una società che cerca di tagliare il percorso, di ridurlo, senza comprendere che sta buttando via il tempo, che prima o poi dovrà passare per la strada più tortuosa, se desidera davvero arrivare a destinazione.
Spesso la colpa ricade sui giovani, ci dicono: "Siete poco attivi, non vi applicate ...", ma noi siamo solamente il capolinea, il risultato di un lento e progressivo processo che non dipende da noi, ma da chi ha voluto ridurci così.
Io, giovane, potrei anche dire che gli adulti non si applicano, che riescono solo a dare giudizi e a lavarsi le mani per ogni problema.
Come siamo noi giovani desiderosi di facilità, lo sono anche loro; come le televisioni ci fanno il lavaggio del cervello, lo hanno fatto anche a loro.
Il vero problema non sono gli adolescenti, i minorenni o i maggiorenni, il vero problema è questa società che ci comprende tutti.

Oltre alla crisi economica, ne stiamo attraversando una morale. La crisi dei valori risulta confermata da varie esperienze, da una ragazza che scrive: "La mia vita non andrà avanti, ho il cellulare rotto", da un genitore che, tornando a casa, preferisce guardare la televisione piuttosto che ascoltare i problemi di suo figlio, dalle cene in famiglia che mancano sempre di più, da come sia facile distruggere un rapporto e sostituirlo in fretta.
L'uomo cerca la facilità che lentamente distrugge sogni e pensieri, si sta perdendo in questa esperienza perché prevede uno scarso impegno, ma anche risultati che non sono tali, piaceri che sono effimeri e soddisfazioni che sono fugaci.

simona delle cese

UN VIAGGIO, UNA SPERANZA...

Come ogni anno il Centro Astalli offre la possibilità a centinaia di studenti di ascoltare storie di giovani vittime della guerra, della fame e della violenza che fuggono dal loro paese con la speranza di avere una vita migliore. E' questo il caso di Osman Young, un giovane ragazzo somalo che è stato costretto a scappare dal suo paese, abbandonando la sua famiglia, perché minacciato di morte. Nato il 10 ottobre del 1988 a Mogadiscio, capitale della Somalia, viene portato dalla madre a otto anni in un centro accoglienza, a quindici lascia il centro per ricongiungersi alla sua famiglia. La sua vita era il calcio, giocava nella squadra più forte del suo paese, l'Elman, e in cambio riceveva uno stipendio di 30 dollari al mese. Il suo paese era, ed è tuttora, privo di governo, gestito da clan, dove vige la legge del più forte. Per via di un omicidio commesso da un cugino, Osman e suo fratello avrebbero dovuto pagare con la vita un delitto non commesso da loro. Il fratello venne ucciso nel mercato di Mucara, cinque giorni dopo Osman lasciò la sua città e si rifugiò dalla zia nel nord della Somalia. Aveva solo 19 anni. Dopo due mesi lasciò definitivamente la Somalia per raggiungere l'Italia. Il viaggio durò otto mesi, ma prima di giungere a destinazione attraversò ben cinque paesi e il deserto. Per arrivare in Libia, lui e altre 31 persone percorsero il deserto per 23 giorni in un pick up della Toyota, ammassati come bestie e trattati come tali, pagando per il trasporto 900 dollari a persona. Dopo essere rimasti bloccati in mezzo al deserto per 12 giorni, finalmente arrivarono in Libia, ma furono lasciati a 100 km di distanza dal confine libanese, solo dopo un giorno di cammino, insieme ad altri due ragazzi, giunse a Kufra, un piccolo paese della Libia. Osman, distrutto dal viaggio, dalla sete e dalla fame chiese ospitalità, che gli fu negata. Incominciò a lavorare come lavapiatti e dopo un mese riuscì, grazie ai soldi guadagnati, ad arrivare a Tripoli, dove rimase solo un mese. Durante la sua sosta, trovò un appartamento, frequentato da altre 75 persone e ogni giorno alcuni uomini del luogo andavano lì per riscuotere denaro o per stuprare le donne che vi si trovavano. Nel 2009 sbarca finalmente a Lampedusa, ovviamente senza documenti. Dopo due settimane va a stare in un centro di accoglienza a Rebibbia, in un quartiere romano dove rimane per quattro mesi. In seguito al rilascio dei documenti Osman resta a Roma e va a vivere in una pensione sulla Casilina. In estate lavora a Otranto mentre in inverno torna nella capitale. Oggi ha un lavoro come traduttore somalo-italiano e fa volontariato, aiutando chi come lui ha dovuto costruire una nuova vita e una persona nuova. Il coraggio, la speranza e la paura gli hanno dato la forza per sopravvivere, per sconfiggere la morte e per andare avanti. La sua storia è la storia di molti, è una testimonianza che fa riflettere sul vero significato della vita e le esperienze di questi uomini sono esempi di coraggio che aiutano anche chi non le ha mai vissute a essere più forte e a non scoraggiarsi. Grazie alle parole di persone come Osman, abbiamo oggi l'opportunità di conoscere realtà così estranee ma anche così vicine e di diventare più umani, più sensibili.

marika curzi

DEBITO PUBBLICO: COME VENIRNE FUORI?

La situazione in cui si trova il nostro paese è più che mai complicata: la crisi economica imperversa, i salari scendono, i disoccupati aumentano. Che cosa causa tutto questo? E **come è possibile venirne fuori?**

Causa principale di tutto ciò è il **debito pubblico**, cioè il debito dello Stato nei confronti di banche, imprese o stati esteri che hanno comprato da questo dei titoli di stato in cambio di soldi liquidi. In Italia il debito pubblico è aumentato a dismisura dopo gli anni '60, con la fine del boom economico: si mantennero degli standard di vita elevati, piuttosto che aumentare le tasse (soluzione più impopolare!). Si venne quindi a creare una **forte disparità tra entrate ed uscite nel bilancio statale** e ciò andò avanti per diversi anni, fino ad arrivare ai giorni nostri.

Quello che ci fa capire quanto la situazione sia grave non è il debito in sé, ma il suo valore rapportato al PIL, cioè a quanta ricchezza la nazione produce in un anno: questo rapporto in Italia, secondo i dati IRPEF, è passato dal 40,8% del 1970 al 133% del 2014: ciò vuol dire che **per ripagare i nostri debiti non basterebbe il lavoro di un anno dell'intero paese!**

La situazione quindi non è delle più rosee: con la sfiducia dei mercati, l'Italia ha dovuto varare delle politiche di "austerity", cioè di **taglio della spesa pubblica e di aumento delle tasse**, affinché i tassi di interesse sul debito pubblico non si alzassero, dal momento che in caso contrario il paese sarebbe andato incontro alla bancarotta.

È evidente che serve un brusco cambiamento di rotta, basato su tre punti: diminuzione del debito, crescita economica ed equità dei sacrifici da fare.

Per il conseguimento del primo sarebbe opportuno recuperare il denaro sottoposto ad evasione fiscale, che ammonta a circa 130 miliardi di euro (all'anno), e tagliare le numerose spese superflue o inutili, come gli eccessivi stipendi dei parlamentari, superiori del 60% rispetto a quelli della media europea.

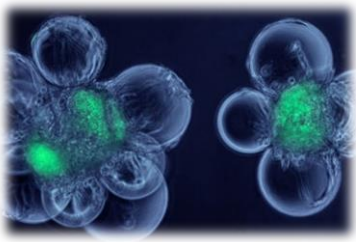
La crescita economica potrebbe essere promossa attraverso incentivi ed aiuti alle imprese neonate, le cosiddette 'start-up', favorendo così anche **l'inserimento dei giovani nel mondo del lavoro**. Per investire sui giovani serve però prima investire sulla cultura, visto che, come testimoniato dai dati "Eurostat", l'Italia è ultima in Europa per la spesa in cultura e scuola (1,1%) contro il 2,2% rispetto alla media, e sembra incredibile che ciò accada in un paese come il nostro, così ricco di storia ed arte che potrebbe vivere solo di turismo.

Sono infine numerosi i sacrifici che ogni italiano dovrebbe fare, ma alla base di ogni riforma deve esserci l'equità: in un paese come il nostro sarebbe assolutamente positiva una crescita delle tasse per i più ricchi e una diminuzione di quelle che gravano sui più poveri.

In molti affermano che da questo stato di crisi si può uscire mantenendo le stesse linee politiche del passato, ma è sotto gli occhi di tutti che sempre più italiani faticano ad arrivare alla fine del mese e sempre più persone hanno, come confermano numerosi sondaggi, **totale sfiducia nei confronti del parlamento.**

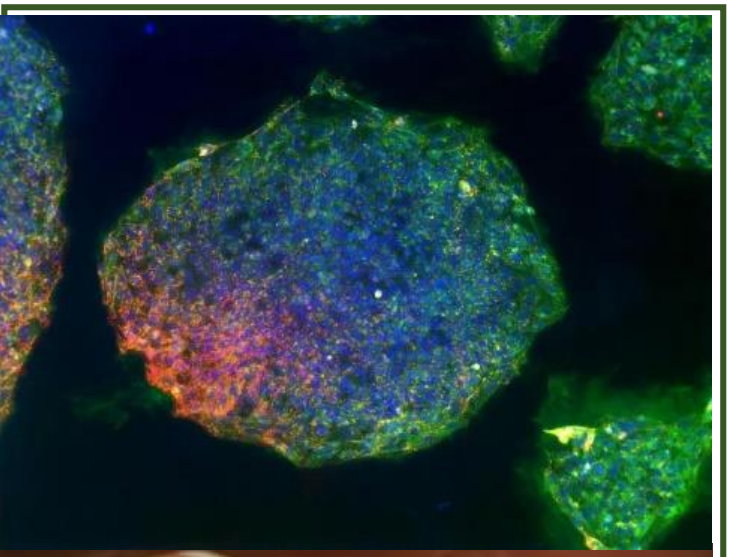
Ce la farà la nostra nazione ad uscire dalla crisi economica più forte di prima?

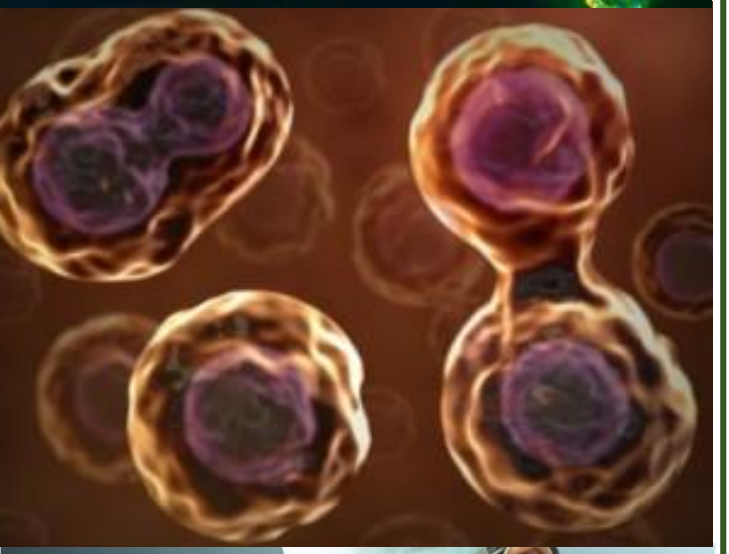
marco faltelli



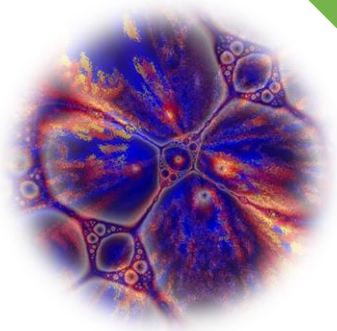
LA VERGOGNA IN ITALIA:

ILLUDERE DELLE VITE CON LE STAMINALI

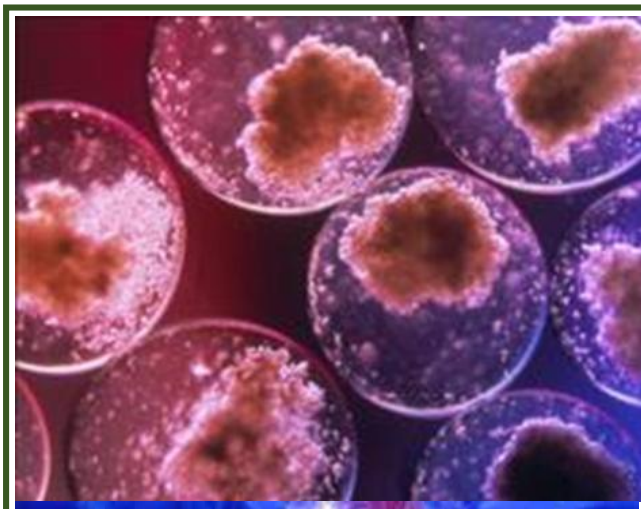


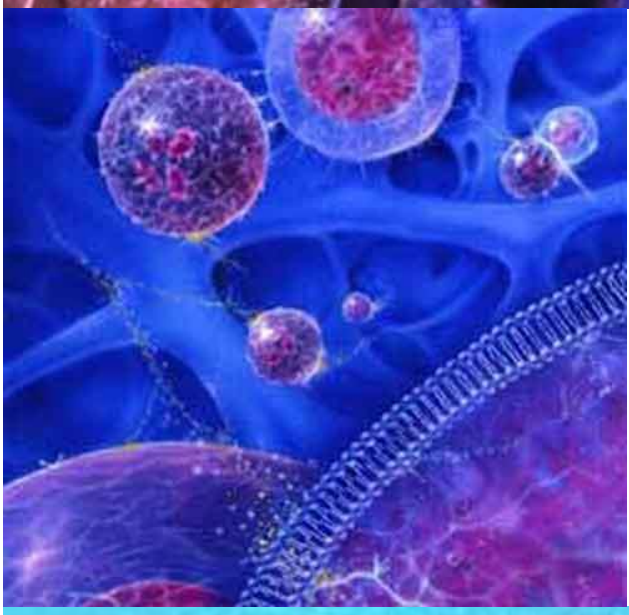


Le cellule staminali sono cellule primitive ancora non specializzate e dotate perciò della capacità di trasformarsi in diversi tipi di cellule del corpo attraverso un processo denominato differenziamento cellulare. Queste vengono prelevate da diversi luoghi come il cordone ombelicale, il sacco amniotico, il sangue, il midollo osseo, la placenta e i tessuti adiposi. Nonostante ciò, le cellule con una maggiore potenzialità di differenziamento sono quelle provenienti dall'embrione e dal feto. Ricercatori e medici si trovano, pertanto, di fronte ad un'ardua scelta etico-morale: il rispetto per la vita umana e il dovere di prevenire e alleviare le sofferenze. Infatti, per ottenere cellule staminali embrionali, l'embrione stesso deve essere del tutto distrutto; eppure queste sono le uniche in grado di differenziarsi in tutte le altre cellule del corpo, fatta eccezione per i gameti. È pertanto giusto rinunciare a salvare delle vite per salvaguardare l'esistenza di un embrione che non può ancora essere considerato un vero essere vivente? È stata ormai da diversi anni dimostrata l'essenzialità delle cellule staminali il cui utilizzo ha già portato a notevoli progressi nel trattamento dell'infarto e della cardiomiopatia. Attualmente il professore Michael Shneider e il suo team dell'Imperial College London, nel Regno Unito, stanno lavorando per identificare e purificare le cellule staminali cardiache. Lo scopo ultimo è ricreare in laboratorio un vero e proprio muscolo cardiaco, facilitando così i trapianti e riducendo al minimo la possibilità di rigetto del nuovo organo impiantato. Fantascienza? No, gli attuali studi in America ci dimostrano come sia possibile, con un miglioramento ed un affinamento delle tecniche, ricostruire il midollo spinale, curare malattie degenerative del sistema nervoso come l'Alzheimer o il morbo di Parkinson, della retina, della cornea e dell'apparato uditivo. Ma non solo: le tanto discusse cellule staminali derivanti dal sangue del cordone ombelicale possono essere usate per la cura delle leucemie

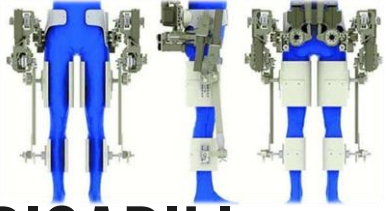


infantili, poiché si differenziano solo ed esclusivamente in cellule del sangue. Ma mentre il resto del mondo si adopera per migliorare le cure dei propri concittadini, cosa succede nel nostro paese? In Italia, il governo fornisce finanziamenti solo ai ricercatori che seguono determinate norme imposte dallo Stato. Pertanto viene favorito l'utilizzo di cellule staminali adulte non derivanti da embrioni, il cui utilizzo è stato invece vietato dopo il referendum popolare del 2005. Attualmente però si è assistito ad un vero stravolgimento della situazione grazie al metodo Stamina, un controverso trattamento medico inventato da Davide Vannoni. Egli cominciò il suo lavoro fin dal 2004 mascherando la sua attività con un call-center a Torino e prelevando in pessime condizioni igieniche cellule staminali da alcuni pazienti. Nel maggio del 2012 l'Agenzia italiana del farmaco ordina un'ispezione negli Spedali Civili di Brescia con lo scopo di verificare le condizioni del laboratorio dove viene preparato e manipolato il materiale biologico. Il laboratorio viene ritenuto "assolutamente inadeguato sia dal punto di vista strutturale sia per le cattive condizioni di manutenzione e pulizia". Inoltre i due tecnici non forniscono alcun protocollo o resoconto di lavorazione ed i medici che le iniettano nei pazienti non sono a conoscenza della vera natura del materiale biologico. Si viene successivamente a scoprire che le iniezioni somministrate ai pazienti non contengono solo cellule staminali bensì altre sostanze chimiche che quindi ne impediscono o diminuiscono la differenziazione. Il 25 marzo 2013 il Senato, sotto l'effetto della pressione mediatica, vara un decreto che autorizza chi ha iniziato le terapie con il metodo Stamina a proseguire nel trattamento. Questo porta all'insorgere della comunità scientifica che ritiene il metodo Stamina un trattamento privo di basi scientifiche e mediche, pura alchimia. Inoltre, il mondo della scienza rivendica la mancata trasparenza e l'assenza di dati derivanti da studi preliminari ed obbligatori per l'avvio di qualsivoglia percorso clinico in tutta Europa. Attualmente il metodo stamina è stato interrotto e si spera che un giorno in Italia, come in tutto il mondo, si possano utilizzare regolarmente e con trasparenza le cellule staminali essenziali per la cura e la salvaguardia della vita.

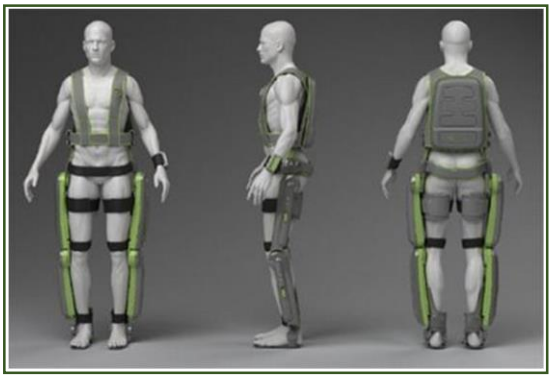




giorgia innamorati



LA ROBOTICA IN AIUTO DI ANZIANI E DISABILI



HAL (Hybrid Assistive Limb, cioè "arto assistente ibrido") è l'esoscheletro robotico ideato dal Prof. Yoshiyuki Senkai per la giapponese Cyberdyne Inc., che ha sede nella città delle scienze di Tsukuba.

Il progetto di costruzione dell'esoscheletro è partito alla fine del secolo scorso, negli anni '90, ed oggi HAL è già arrivato alla sua quinta versione, disponibile per la vendita ed il noleggio, ma a prezzi ancora proibitivi.

L'esoscheletro è simile alle armature elettroniche che siamo abituati a vedere in alcuni film di fantascienza, come "Elysium". Si fissa in vita, alle braccia e alle gambe e attraverso un circuito di sensori attaccati alla pelle - alimentato da una batteria che garantisce un'autonomia di 5 ore - riesce a captare gli impulsi elettrici che il cervello invia agli arti.

-Esoscheletro ReWalk-

Quest'apparecchio cibernetico esterno è, così, in grado di potenziare le capacità fisiche (forza, agilità, velocità, potenza, ecc.) dell'essere umano utilizzatore, rendendo possibili, senza sforzo, operazioni che richiedono grande energia.

La protesi consente di effettuare molte delle attività quotidiane dell'uomo senza che chi lo indossa debba affrontare alcuno sforzo (alzarsi da una sedia, camminare, salire e scendere le scale, tenere e sollevare oggetti, e così via); pur essendo possibile il suo utilizzo nell'industria e in campo militare, il suo creatore, Prof. Senkai, ha pensato di destinarla a persone anziane con problemi motori e a persone disabili, alle quali è in grado di restituire un buon grado di autonomia.

Se pensiamo che solo in Italia si stima vi siano, ogni anno, circa 1.800 nuovi casi di paraplegia (in prevalenza conseguenza di traumi derivanti da incidenti stradali e da infortuni sul lavoro) ed una popolazione complessiva di circa 80.000 paraplegici, ci rendiamo conto di quante possano essere le persone che sperano che il costo della robotica diventi in un prossimo futuro più accessibile.

Del resto, HAL non è più solo: vanta una serie di "cugini", nati in varie parti del mondo, che sono in grado di entrare in competizione con lui.

Uno di essi, ReWalk, frutto della mente di uno scienziato israeliano tetraplegico, si sta sperimentando anche in Italia.

Grazie a ReWalk, l'atleta paraplegica italiana Manuela Migliaccio è riuscita pochi mesi fa nella storica impresa di percorrere più di 10 chilometri, stabilendo un nuovo record del mondo nella maratona. Manuela aveva perso l'uso delle gambe nel 2009, quando era caduta da una scogliera durante una vacanza sull'isola di Patmos. E oggi, forza di volontà, allenamento e un rivoluzionario esoscheletro le hanno permesso di mostrare al mondo quali risultati concreti può assicurare la ricerca nel settore della robotica.

Altri "cuginetti" di HAL si sono però già fatti notare.

Parliamo di ELegs (esoscheletro per gli arti inferiori), realizzato dalla Berkeley Bionics della California.

Ma anche di REX (Robotic EXoskeleton), creato dalla Rex Bionics di Auckland (Nuova Zelanda) grazie agli studi di Richard Little e Robert Irving, quest'ultimo affetto da sclerosi multipla. REX è l'unico dei quattro esoscheletri a non servirsi di sensori: esso viene, infatti, controllato da un joystick.

Tutto questo non è più fantascienza, è già realtà.

giulio remo cupilari

FLESSIBILI? SÌ, GRAZIE

Dal '900 ai giorni nostri il mondo delle batterie non ha visto grandissimi cambiamenti.
Si, è vero, le pile che impieghiamo oggi per gli usi più disparati sono state rese più piccole e più potenti, ma comunque hanno ancora più o meno la forma di quelle che usavano i nostri nonni e i nostri genitori.
I dispositivi più moderni, però, consumano moltissima energia, mentre le nostre vecchie, care batterie non riescono a stare al loro passo, durano troppo poco e hanno bisogno di troppo tempo per ricaricarsi.
È nato da qualche anno, perciò, il bisogno di creare delle pile di nuova generazione, molto più potenti e in grado di ricaricarsi in pochi minuti, ma soprattutto che possano adattarsi a dispositivi di forma curva o variabile, più resistenti agli urti, dei ricercatori dell'Università dell'Illinois hanno annunciato l'inizio dell'era delle batterie flessibili, prodotte utilizzando una semplice stampante 3D, capace di formare oggetti tridimensionali usando un'apposita sostanza simile ad inchiostro; la membrana di silicone trasparente in questo modo potrà essere avvolta, piegata, allungata, schiacciata, senza smettere di funzionare.

Gli impieghi di tali batterie? Si può dire che siano quasi infiniti: dagli smartphone alle macchine elettriche, dal mondo dell'edilizia a quello della medicina.
Nel primo caso avremo cellulari che consumeranno pochissimo pur consentendo innumerevoli applicazioni e cellulari che si potranno comodamente arrotolare senza rompersi.
Nel secondo caso, invece, avremo auto elettriche la cui autonomia arriverà a 500 chilometri con un pieno, con tempi di ricarica di qualche minuto contro le attuali otto ore. Tutto questo invoglierà tanti di noi ad abbandonare i mezzi a benzina e ad acquistare le "supercar" elettriche, mezzi di trasporto più ecologici ed altrettanto efficienti.
Ma è quello che si potrà fare in campo medico ciò che ci stupisce realmente.
Queste pile si potranno usare, infatti, per alimentare indistruttibili "super - pacemakers", dispositivi elettronici che si adatteranno alla forma del corpo umano, nei suoi continui cambiamenti, e che potranno essere impiantati nei nostri organi, in particolare nel cuore e nel cervello, per monitorarne e stimolarne il funzionamento, se difettoso.
È molto probabile che questo tipo di batterie riesca a rivoluzionare il mercato globale, in quanto potremo avere energia più a lungo e a minor costo, dispositivi più adattabili e con maggiori prestazioni. E senza petrolio e carbon fossile, considerate le principali cause di fenomeni come il riscaldamento globale del pianeta e l'aumento di malattie respiratorie e tumorali, detterà finalmente legge l'ecologia per una migliore qualità della vita.
Ma quanto ci sarà da aspettare? Secondo alcune aziende che producono cellulari, come la "LG", solo un paio d'anni.
L'unica cosa da fare, per noi, è aspettare impazientemente la loro entrata in scena.
Alla domanda: "Flessibili?" rispondiamo senza alcuna esitazione: "Sì, grazie".

giulio remo cupilari

AVGVSTO:
IL RITRATTO DI UN'EPOCA ALLE SCUDERIE DEL QUIRINALE

La mostra, oggetto di alcune gite d'istruzione del nostro Istituto, si è appena conclusa nella Capitale. Parigi è la prossima tappa.

Non si tratta di un'esposizione dedicata alle opere di un artista, né della monografia di un grande del passato: "Augusto" definisce, in realtà, il ritratto di un'epoca, partendo dalle sue premesse (l'ascesa e la caduta di Cesare) fino alle sue dirette conseguenze. E il passaggio dalla Repubblica all'Impero a Roma, di cui questo grande statista è simbolo e artefice, ha profondamente influenzato la forma mentis dell'Occidente, contribuendo a definire il nostro mondo.

La mostra, allestita alle Scuderie del Quirinale proprio in occasione del bimillenario della morte di Augusto (avvenuta il 19 agosto del 14 d.C.), è frutto di una collaborazione italo-francese curata, tra gli altri, dall'archeologo Eugenio La Rocca: migliaia di visitatori hanno potuto ammirare circa duecento opere (soprattutto sculture) provenienti da musei e siti archeologici di tutto il mondo.

Dalla propaganda alla divinizzazione dopo la morte, passando per la celebrazione del trionfo ad Azio, ogni elemento dell'esposizione appare come una maestosa sintesi dell'arte romana e greca, nella quale l'efficace e realistica ritrattistica capitolina incontra la perfezione più assoluta delle forme: l'uomo Augusto si confonde, dunque, con l'idea di sé che vuole sia recepita nel mondo.

Si tratta di una caratteristica ben evidente in molte opere di spicco: ad esempio, il celeberrimo "Augusto di via Labicana", statua togata con il capo velato e gli attributi tipici del *pontifex maximus* (la massima carica religiosa dello Stato romano, che egli ottenne nel 12 a.C.), che ne simboleggiano la grande pietas; oppure parte della statua equestre bronzea, rivenuta

nella acque del mare Egeo, nella quale l'imperator attesta la sua (apparente) fedeltà alle istituzioni tradizionali indossando un anello con i simboli del potere repubblicano.

L'elemento più celebre rimane tuttavia il cosiddetto "Augusto di Prima Porta", trasferito per l'occasione dai Musei Vaticani, che, indubbiamente, deve la sua fama alla lorica con cui il princeps è raffigurato, ornata di splendidi rilievi che celebrano allegoricamente la vittoria sui Parti, storici nemici dell'impero romano, come l'inizio di una nuova età. Quest'opera non rientra, tuttavia, tra le vere e proprie "chicche" della mostra, esposte soltanto grazie ad ingenti finanziamenti esterni: in particolare, i "rilievi Grimani" rinvenuti a Palestrina, contesi a lungo da differenti autorità e ora riuniti per la prima volta dopo trent'anni. Si tratta di una serie di rilievi marmorei raffiguranti scene naturalistiche, con piante e animali (soprattutto madri che allattano i loro cuccioli) le quali evocano simbolicamente, con la loro atmosfera di serena armonia, l'epoca di pace e prosperità inaugurata proprio da Augusto. Inedita è anche la ricostruzione di 11 rilievi narranti la battaglia navale di Azio (provenienti da collezioni spagnole e ungheresi): il trionfo di Ottaviano, che sancisce definitivamente l'inizio di una nuova era per l'Occidente, chiude inaspettatamente la mostra.

L'esposizione, aperta al pubblico dal 18 ottobre 2013 al 9 febbraio scorso a Roma, è ora trasferita al Gran Palais di Parigi, dove riuscirà sicuramente ad affascinare ancora.

rita becciani

L'ARTE IN ITALIA

TRA IMPORTANZA E DISINTERESSE

L'Italia è da sempre la culla della civiltà occidentale, ricca di monumenti e opere d'arte di ogni tipo, di ogni genere ed epoca. Da sempre l'Italia è stata meta di viaggi d'istruzione e approfondimento per artisti e studiosi di tutta Europa e del mondo ed ancora oggi nel nostro Paese arrivano milioni di turisti da ogni parte, e in ogni periodo dell'anno per ammirare le bellezze artistiche che solo la nostra penisola può regalare. Proprio per questo motivo l'arte rappresenta per noi non solo un grande vanto, ma anche una grande fonte di denaro verso la quale dovremmo sempre avere un occhio di riguardo tutelando i nostri monumenti, preservando le nostre uniche e irripetibili bellezze: e investendo i nostri beni e le nostre energie in ciò che rappresenta e ricorda da millenni il nostro passato e la nostra gloriosa storia. Purtroppo ciò non avviene e le nostre potenziali fonti di ricchezza ed orgoglio "cadono a pezzi", sono in condizioni disastrose, prive di qualsiasi manutenzione e cura. Non bisogna andare molto lontano dalla capitale, che vanta ben due uffici adibiti alla cura dei patrimoni artistici (uno comunale ed uno regionale), per trovare ad esempio l'Appia Antica, sporca, dissestata, così come le rovine di Pompei, occupate da cani randagi, mura intrise di umidità e muffa che rovinano con fregi, intonaci e decorazioni. Proprio in questo importantissimo sito archeologico transitano più di tre milioni di turisti l'anno, ma nonostante ciò regnano degrado e disorganizzazione. Infatti proprio pochi mesi fa c'è stato un ulteriore rovinosissimo crollo di muri che per duemila anni di storia, invece, sono rimasti intatti e solidi! Stessa storia a Caserta, dove la Reggia di Carditello è completamente imbrattata di murales, i giardini signorili preda di saccheggiatori e utilizzati come discariche a cielo aperto. Ma la lista di queste orribili notizie non si ferma solo al Sud della nostra penisola. Infatti anche andando verso nord si assiste a uno stato di estremo degrado: a Firenze troviamo nelle stesse condizioni Palazzo dei Catellini, ed anche a Milano l'arte non si salva; dove in un'ampia zona vicino al centro l'arredo urbano è a pezzi e privo di criterio. I nemici dell'arte che mettono a rischio il nostro patrimonio culturale sono molti. Basti pensare a come le opere d'arte, disseminate lungo il nostro Paese come in un museo a cielo aperto, siano esposte ad agenti inquinanti quale il particolato, che annerisce i marmi, o l'anidride solforosa, che corrode e sbriciola la pietra di statue e monumenti. Ma anche le strutture museali, pensate per proteggere capolavori del

Resti Basilica, Pompei

passato dall'usura del tempo, non sempre riescono a sottrarsi alla pressione dell'inquinamento atmosferico, che penetra in queste roccaforti dell'arte alterandone la qualità degli ambienti. Ci sono poi le calamità naturali come i terremoti e le alluvioni che, oltre al carico di lutti e distruzione, causano danni spesso permanenti al nostro patrimonio artistico e culturale. C'è infine la cosiddetta archeomafia, ovvero il furto e il traffico dei beni culturali. Ora il problema principale che le nostre autorità segnalano è la mancanza di fondi, generata dall'intensa crisi economica. Non è possibile dare torto a queste affermazioni, ma è proprio in questa visione che il nostro paese dovrebbe cambiare: se nel presente la situazione non è delle migliori e, oltretutto, non accenna a cambiare, è inutile continuare a spendere soldi per attuare interventi immediati come se la situazione potesse cambiare istantaneamente, al contrario bisogna investire e avere il coraggio di dare fiducia a ciò che sarà l'Italia nel futuro. Dobbiamo convogliare le nostre risorse in ciò che, già ora e sicuramente nel futuro, continuerà ad essere un'immensa fonte di ricchezza e vanto per il nostro paese, bisogna investire nell'arte! Infatti consentendo la manutenzione e la promozione dei nostri monumenti artistici sicuramente milioni e milioni di turisti passeranno per la nostra penisola affascinati da reperti e bellezze artistiche in ottime condizioni! Purtroppo la situazione non accenna a cambiare, ma molte e diverse potrebbero essere le soluzioni. Se il problema è realmente quello economico, sarebbe opportuno creare delle aste aperte a multinazionali che possano investire i propri fondi nella manutenzione e nel restauro del patrimonio storico-archeologico, in cambio esse potrebbero tranquillamente ricoprire le strutture per i restauri con i propri marchi, avviando quindi una forte e importante forma di pubblicità, capace di giovare ad entrambe le parti. Bisogna quindi avere il coraggio di investire, bisogna avere fantasia e forza per trovare soluzioni e idee, per credere nel futuro dell'arte, nel futuro della nostra "ricca" (almeno dal punto di vista artistico) Italia.

Palazzo Strozzi, Firenze

alessandro marcedula

LE NOSTRE DROGHE QUOTIDIANE

Nello scorso numero, abbiamo parlato del cioccolato come di un cibo che, oltre a deliziare il palato, possiede degli effetti benefici sul sistema nervoso, fino a provocare anche una sorta di dipendenza e a rientrare a pieno titolo in quelle che abbiamo definito le nostre "droghe quotidiane", cibi o emozioni che innescano nel nostro organismo reazioni chimiche simili a quelle provocate dagli oppiacei. In questo numero, ci soffermiamo sull'amore e sugli effetti che, secondo recenti studi scientifici, questo ha sul nostro cervello.

L'AMORE

Una reazione chimica veicolata da ormoni e neurotrasmettitori che generano dipendenza. E tanti saluti al vecchio romanticismo!

Se poeti e filosofi ci parlano da secoli dell'amore, come di un sentimento totalizzante che ha origine nelle parti più profonde dell'io, gli scienziati ci mostrano, abbandonando ogni forma di romanticismo, quello che accade nel cervello durante la nascita di questo devastante sentimento, rivelandone i responsabili chimici. Numerosi studi condotti negli USA hanno dimostrato che l'innamoramento attiva le aree del cervello deputate alla registrazione di emozioni e disattiva le zone deputate al giudizio e l'amigdala, l'area del timore, della paura e della depressione: le stesse che si accendono e si spengono durante l'assunzione di oppiacei. E' come se gli innamorati si trovassero perennemente sotto effetto di leggere sostanze stupefacenti. Interessante è l'esperimento condotto dagli scienziati della State University di New York che, per capire bene quali siano le attività neuronali implicate nell'innamoramento, hanno usato le immagini del cervello di volontari "innamorati" o lasciati dal loro amore, ottenute tramite risonanza magnetica. Quando i ragazzi venivano posti di fronte all'immagine del proprio innamorato, gli "scatti cerebrali" mostravano l'aumento della concentrazione di feniletilamina, un neurotrasmettitore che agisce sugli stessi recettori delle anfetamine e per questo può averne lo stesso effetto. Questa sostanza è presente, seppur in minime quantità, anche nel cioccolato e favorisce la produzione di dopamina, che dà sensazioni di soddisfazione ed appagamento, di ossitocina, che stimola l'attaccamento al partner, e di

noradrenalina, che genera eccitazione ed entusiasmo e regola la produzione di adrenalina, con conseguente aumento del battito cardiaco, della respirazione e della pressione sanguigna, da cui ha origine il rossore del viso.

E' inoltre emerso che nelle relazioni più durature, dopo un periodo che va dai 18 mesi ai 4 anni, l'organismo sviluppa una tolleranza alla feniletilamina, che continua ad essere secreta, ma in concentrazioni inferiori che non scatenano più gli effetti dirompenti che caratterizzano gli inizi di ogni rapporto. Allora il cervello inizia a produrre altri ormoni, le endorfine, che apportano calma e benessere, e rendono la relazione affettiva più forte.

Nei ragazzi che avevano subito l'abbandono da parte del partner durante la fase di innamoramento, gli "scatti cerebrali" mostrano un forte aumento nella produzione di dopamina, che induce emozioni negative e pensieri ossessivi. Si cerca la persona amata, se ne sente il bisogno, la sensazione è simile alla fame, alla sete, l'organismo sprofonda in una sorta di "crisi d'astinenza" che rende la delusione traumatica, quasi insopportabile. Deve passare del tempo affinché le secrezioni di dopamina e ossitocina diminuiscano, si torni ad uno stato di calma e i circuiti del cervello coinvolti nell'innamoramento ritornino capaci di infiammarsi di nuovo. Si è co-me guariti da una dipendenza, che fiacca, stordisce e annebbia la capacità critica.

Vi abbiamo dunque illustrato due esempi quotidiani di "dipendenza" provocata da fattori che non hanno le stesse controindicazioni ed effetti negativi delle droghe leggere propriamente dette. Ma ce ne sono tanti altri dei cui effetti non siamo spesso consapevoli! Ora sta a voi la ricerca di altri stupefacenti alternativi!

ilaria noschese & valentina galiotta

VIDEOGAMES: TRA REALTÀ E FINZIONE

Bambino di 8 anni uccide la nonna novantenne sparandole con un'arma da fuoco

Slaughter, Louisiana: le indagini condotte dalla polizia locale hanno appurato che l'arma del delitto è la stessa utilizzata nel videogame con cui il ragazzino si stava cimentando da ore: GTA 4 (**Grand Theft Auto 4**), gioco di ultima tendenza che consiste nell'immedesimarsi in un criminale di quartiere e in cui è possibile impossessarsi di una moto o di un'auto, bloccando la vettura nel traffico e esercitando violenza sul conducente, oppure investire un qualsiasi pedone per provare l'emozione di seminare gli sbirri.

Test psichici sono già stati eseguiti sul fanciullo incriminato e dai risultati questi risulta sano. Di fatto, alla domanda "Che cosa è accaduto?", costui ha sostenuto che si è trattato di un colpo sparato per caso. Ulteriori indagini hanno, tuttavia, confermato l'ipotesi iniziale, che attribuiva al piccolo l'accusa di omicidio, la cui causa scatenante sarebbe da ricondurre proprio al videogioco.

Ciononostante il caso rimane aperto, in quanto è necessario appurare una serie di dettagli ed avvenimenti che possano condurre a una sua imputazione: ancora dubbia, ad esempio, la provenienza dell'arma del delitto **-una calibro 38-** che l'anziana possedeva e occultava all'interno della sua dimora, come è incerto il luogo in cui quest'arma fosse nascosta e come potesse essere alla così facile portata del bambino.

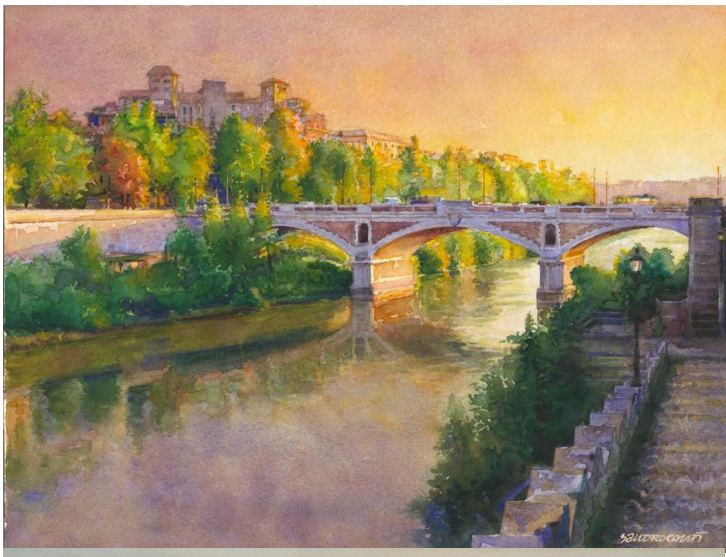
Il fanciullo era stato affidato alle cure della nonna in seguito all'assenza dei genitori per motivi di lavoro. Dalle ricostruzioni si evince che l'anziana signora stesse guardando tranquillamente la televisione sul suo divano quando il nipote ha sparato il colpo alle sue spalle. Quest'ultimo, stando alle leggi che vigono nello stato della Louisiana, non verrà perseguito penalmente in quanto ha un'età inferiore ai 10 anni.

Discostandoci dalla vicenda in questione e dalla campagna moralista già avviata negli Stati Uniti che ha messo a repentaglio l'inaugurazione del quinto capitolo della serie, bisogna ammettere che **il mondo dei videogiochi** col passare degli anni **si sta perfezionando**, migliorando nelle applicazioni e nel raggiungimento del suo obiettivo primario: **rendere il mondo fittizio** in cui si immerge il giocatore il più simile possibile a quello **reale**. Nell'industria dei videogiochi ciò rappresenta un grande traguardo, ma al contempo rappresenta un ulteriore pericolo per quelle persone già fragili psichicamente.

Sta quindi al buonsenso dell'individuo distaccarsi dal mondo dei videogiochi e considerarlo un **semplice ed innocente passatempo**.

maria barbato

RICORDI DI PONTE SUBLICIO



Ne è passata di acqua sotto di me prima che potessi raccontare una storia degna di nota; scoprii di essere famoso conversando col mio amico Ficus Ruminalis e venni a conoscenza di una storia incredibile avvenuta secoli fa.

Era una giornata soleggiata e il fico, come al suo solito, si trovava a rimirare il corso del fiume d'oro che scorreva ai suoi piedi, quando notò dall'alto dei suoi rami una cesta lambita dalle rapide.

Mentre questa si avvicinava pericolosamente ad una cascata, udì il pianto di un bambino; allora la afferrò con uno dei suoi rami e la depositò ai suoi piedi al sicuro: dentro c'erano due gemelli.

Proprio in quel momento vide un pastore che si recava al fiume e ne approfittò per chiedergli di prendersi cura, insieme alla moglie, dei due neonati, ottenendo facilmente la sua totale disponibilità.

Per molto tempo non sentì più parlare dei bambini, finché non venne a scoprire che proprio uno dei due aveva fondato sul colle Palatino l'imponente città di Roma. La fortuna volle che quell'albero si trovasse, e si trovi tuttora, proprio sotto uno dei miei archi e che quindi quella storia sia legata a me.

Ovviamente non sono famoso solo per questo, vi ricordo che su di me è avvenuta anche la famosa battaglia tra Romani ed Etruschi in cui si distinse il famoso giovane romano Orazio Coclite che, per difendere la sua patria, si fece avanti da solo, impedendo il passaggio dell'intero esercito etrusco guidato dal re Porsenna. Nel frattempo, l'esercito romano, dietro suggerimento dello stesso Orazio Coclite, decise di abbattermi con grandi colpi di scure (ero stato costruito in legno!) senza neanche chiedermi se fossi d'accordo.

Ancora oggi, ogni notte, sento il rumore dei passi di quell'esercito e il dolore che lui stesso mi ha inflitto; ma nonostante tutto sono grato ai Romani per avermi ricostruito affinché potessi raccontarvi la mia storia.

maria cristina mancini & giada sbaraglia

ESPRESSAMENTE STARBUCKS-MANIA

ANCHE NELLA CAPITALE DEL CAFFÈ RISTRETTO

Circa 4 decenni e 21000 punti vendita fa Starbucks non era altro che un bar di Seattle (Washington), fondato da tre laureati della University of San Francisco. Solo dopo il 1987, data in cui Starbucks passò nelle mani di colui che ne è tuttora il CEO, Howard Shultz, vide un'espansione globale tanto influente da diffondersi in ben 62 Paesi con una media, negli ultimi 20 anni, di circa due Starbucks aperti ogni giorno nel mondo. La catena, che ha preso il suo nome direttamente da Starbuck, uno dei personaggi del romanzo di Melville, *Moby Dick*, è al momento la più diffusa del pianeta in campo alimentare, superando i 35 milioni di likes sulla pagina ufficiale di Facebook.

La chiave del successo è stata trovata da Shultz durante un viaggio in Italia nel 1983: osservando i bar Italiani, ma soprattutto la vita e l'atmosfera che vi si respirava, notò che le persone parlavano tra di loro, il barista era sorridente e conosceva i nomi dei suoi clienti più abituali, e ciò rendeva quel posto non solo un punto vendita, ma anche un luogo di ritrovo, meta di un rituale irrinunciabile nella maggior parte della nostra patria, quella del caffè ristretto. Ed è proprio questa la filosofia che Shultz ha voluto importare in America, adattandola tuttavia allo stile di vita della sua società.

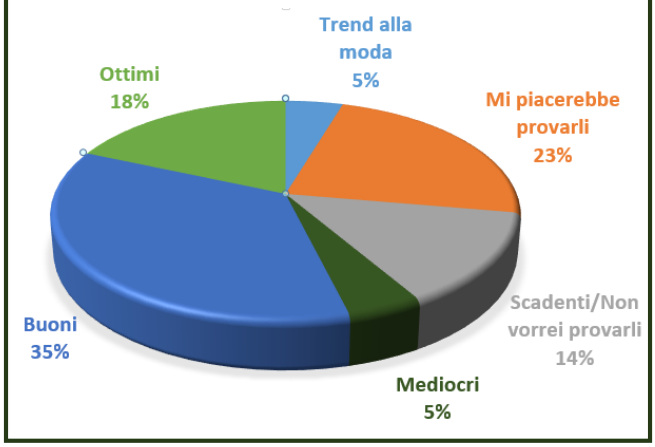
Eppure, anche se sembrerà paradossale, dato che Starbucks non avrebbe raggiunto tutto questo successo se non fosse stato per l'Italia, non abbiamo punti vendita nella nostra penisola.

La motivazione principale è certamente relativa ad una concezione del caffè diametralmente opposta a quella dell'America; per molti Italiani il caffè è un'abitudine compulsiva, immediata: si entra in un bar, si beve "al volo" una piccola razione di caffeina giornaliera per poi andar via nel giro di uno o due minuti. Quanti sarebbero i caffeinomani disposti a fare quei cinque o dieci minuti di fila per un caffè servito in un bicchierone di plastica, da consumare mentre si sta camminando o guidando e che, tra le altre cose, è di qualità opinabile se confrontato con quello italiano?

In effetti esiste tra gli Americani uno stereotipo di Italiani che disprezzano l'American coffee servito in bicchieroni di plastica, eppure ce ne sono tanti altri che non aspettano altro che un'apertura di Starbucks anche qui! Infatti in Italia troviamo già delle spudorate imitazioni, e dico "spudorate" perché i fondatori dell'Arnold Coffe, considerato come "la prima vera e unica caffetteria Americana in Italia", nel 2009 (anno di inaugurazione) hanno esplicitamente affermato di aver modellato i loro bar sull'esempio Starbucksiano.

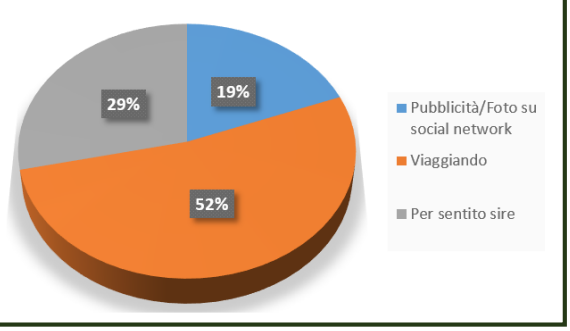
Si può trovare un'ulteriore conferma del successo che Starbucks avrebbe qui in Italia anche a giudicare dai risultati del sondaggio fatto su un campione di 85 studenti del nostro liceo; difatti da esso è emerso che un buon 87% dei votanti conosce Starbucks, anche se di questi il 27% non ha mai avuto l'occasione di assaggiarne un prodotto. Inoltre, come viene mostrato nei diagrammi a torta, la maggior parte degli studenti ritiene

1-Cosa pensi dei prodotti che offre Starbucks?



buoni i prodotti di Starbucks o comunque vorrebbe provarli, mentre sono delle minoranze quelli che li considerano piuttosto scadenti o che non sono incuriositi dall'idea di provarli, senza contare i tre studenti che vedono Starbucks come un trend alla moda. Come contraddirli?
Devo confessare di aver sentito ragazzi che, alla fine del loro viaggio all'estero, hanno riservato uno spazio nella loro valigia al loro bicchierone Starbucks, su cui magari è riportato il loro nome, scritto dal barista al momento della "consegna", e rigorosamente dopo aver scattato una foto al Frappuccino.

2-Come sei venuto a conoscenza di Starbucks?



E questo mi ha fatto pensare che forse uno Starbucks in Italia non avrebbe poi così scarso successo, specialmente tra i giovani, considerando anche che a più del 76% dei nostri intervistati piacerebbe avere la possibilità di gustare più spesso un vero caffè americano, malgrado si trovino nella patria del ristretto, così come molti apprezzerebbero la rete wifi sempre e comunque disponibile in uno Starbucks degno di questo nome.

D'altra parte, i motivi principali che hanno spinto i meno entusiasti a rispondere "no" alla domanda "Vorresti Starbucks in Italia?" sono in generale il costo eccessivo dei prodotti (e non hanno tutti i torti, considerando che i prezzi del caffè Starbucks si alzano in media di 10 centesimi ogni tre anni), la loro bassa qualità e una possibile scarsa frequentazione in Italia.
Tuttavia Starbucks è oggettivamente molto più di un semplice venditore di caffè: è un posto dove si può staccare la spina con musica soft perennemente di sottofondo, luci soffuse e una bibita calda, è un punto di ritrovo per i ragazzi americani, è zona di wifi gratuita, luogo iconico e confortevole non solo per il suo design, ma anche e soprattutto per i suoi servizi sempre migliori ed efficienti: basta pensare alla partnership con Duracell, che ha consentito ai possessori di alcuni smartphones di caricare i propri telefoni direttamente tramite la superficie di tavoli di diversi negozi Starbucks in America.
Forse la vincente strategia di mercato di Starbucks ruota tutta intorno a questo continuo aggiornamento non solo nel campo delle vere e proprie bevande servite, pronte a soddisfare ogni tipo di palato, ma anche in quello tecnologico. E non si può negare che la moda Starbucks sia passata velocemente di bocca in bocca dando un'occhiata al secondo grafico, dal quale emerge chiaramente che poco più della metà degli intervistati hanno scoperto Starbucks semplicemente trovandoselo davanti, quindi viaggiando abroad, mentre tutti i restanti sono venuti a conoscenza della catena per sentito dire o tramite pubblicità o foto su social network.
Beh, non resta altro che riferire ad Howard Shultz che l'Italia è pronta ad accettare un bello Starbucks non appena lo sia anche lui, e poi a tutti dovrebbe essere concesso un po' di "sogno americano", anche solo una tazza alla volta.

martina pensa

sondaggio a cura di marco linari

PERCHÉ CI ABBUFFIAMO?

"Mangiare è uno dei quattro scopi della vita. Quali siano gli altri tre nessuno lo hai mai saputo."

Siamo quello che mangiamo e ne siamo ossessionati, forse per colpa dell'intreccio salute-crisi. Vogliamo mangiare in modo corretto perché è tutta salute, ma quando lo stress si fa sentire ci abbuffiamo perché è consolatorio.
La quantità di cibo che ingeriamo aumenta a dismisura durante le feste, ma non solo.
Perché in molte occasioni, anche senza qualcosa da festeggiare, tendiamo a mangiare di più?
Le festività sono da poco passate e, come ogni anno, i segni dei bagordi e delle pantagrueliche mangiate si fanno ancora sentire. Le tentazioni sono tante: lasagne, tortellini, frutta secca, dolci, per non parlare delle bevande alcoliche.

Esistono molteplici teorie per spiegare il fenomeno della sovralimentazione: forse mangiamo troppo perché il cibo attira i centri cerebrali del piacere. O forse, perché temiamo lo spreco e come risultato tendiamo a ripulire sempre il piatto a causa di un richiamo ancestrale dai nostri antenati cacciatori-raccoglitori, la cui esistenza oscillava fra abbondanza e carestia. Alcuni, poi, cedono alla golosità nel tentativo di colmare un vuoto psicologico o di allentare lo stress.

PIATTO VUOTO? UN'OSSESSIONE

Non è drammatico, è semplicemente risaputo che mangiare un manicaretto ogni tanto ci rende meno irascibili, ma spesso si propende ad esagerare. Mangiare di più, però, non sempre equivale a sovralimentarsi.
Parlare di eccesso è fuorviante perché presuppone che esista una quantità "normale" di cibo, mentre il nostro fabbisogno varia moltissimo da giorno a giorno.
La quantità di cibo che siamo soliti portare alla bocca dipende persino dalla nostra cultura. Gli americani, infatti, tendono a ingurgitare cibo fino a sentirsi completamente satolli sperimentando effetti soporiferi simili a quelli del post-cenone natalizio, i giapponesi di Okinawa, invece, hanno coniato addirittura un'espressione ad hoc: mangiare fino a sentirsi *hara hachi bu,* vale a dire pieni all'80%.
L'obesità non è più un tabù nella nostra società e spesso in televisione se ne parla senza che l'argomento sia però trattato con la serietà che merita.
Superare di gran lunga il peso consigliato aumenta il rischio di contrarre diabete, patologie cardiache e diverse forme tumorali, distrugge l'autostima e danneggia irrimediabilmente la socialità.
Per capire meglio possiamo paragonare il corpo umano ad un'efficientissima automobile: per funzionare bene, ha bisogno di regolari rifornimenti.
Le sensazioni di fame e di sazietà fungono da indicatore del livello di carburante, regolando il nostro comportamento alimentare e gestendo vari segnali ormonali in transito tra apparato digerente e cervello.
L'appetito viene stimolato quando lo stomaco, vuoto, rilascia nel flusso ematico un ormone detto *grelina*, mentre i tessuti adiposi riducono la produzione di *leptina* e *insulina*.
Questi segnali vengono trasmessi all'*ipotalamo laterale*, una regione del cervello che controlla l'alimentazione ed altri comportamenti motivazionali, generando la sensazione di fame.
Quando la pancia è piena, viene inviato un segnale attraverso il nervo vago, l'informazione giunge poi ai neuroni del midollo allungato, posto alla base del cervello, il quale segnala che è opportuno smettere di mangiare.
Tutto ciò sembra far parte di un meccanismo perfetto che non può fallire, ma ci sono alcuni "trucchi" che permettono di non dare eccessivo

ascolto al fastidioso mormorio della nostra pancia.
È importante, infatti, **masticare lentamente**, concentrandosi sul pasto che sta per essere mangiato. È meglio non chiacchierare, altrimenti si rischia di distrarre questo segnale non permettendogli di giungere sano e salvo a destinazione.
Ma come rinunciare al fragrante sentore, al gusto, alla consistenza ed alla vista del cibo?
Quando vengono consumati alimenti gustosi, viene rilasciata *dopamina* dai centri cerebrali della gratificazione.
Alcuni cibi tuttavia sono più appetibili di altri poiché contengono grassi (riserve per mesi invernali), sali (mantenimento dei liquidi) e zuccheri (per distinguere tra elementi dolci nutrienti e altri, aspri, spesso velenosi).
Oggigiorno i cibi che preferiamo si possono riassumere nelle "quattro C": *cookies, candy, chips and cake (biscotti, caramelle, patatine e torte).*

DIPENDENZA DA CIBO

La *dopamina*, responsabile della gradevolezza del cibo, riveste un ruolo fondamentale anche nella dipendenza da sostanze quali droghe, alcol e tabacco, assimilabili a zuccheri e grassi.
In alcuni casi, d'altra parte, la sovralimentazione è uno strumento di difesa contro una violenza subita in età infantile, oppure un semplice meccanismo di gratificazione simile a quello sperimentato su cavie di laboratorio a cui erano state stimolate fibre inibitorie.
Si ritiene inoltre che **anticipare mentalmente** il contenuto di un pasto prima di sedersi a tavola eserciti un controllo pari a quello dei segnali di sazietà durante il consumo del cibo.
Se poi spetta a noi scegliere quale cibo risulti apparentemente più saziante, spesso siamo tratti in inganno.
Esiste infatti una forbice molto ampia tra le calorie di un alimento ed il potere saziante che gli attribuiamo, frequentemente influenzata dalla densità del cibo.
Incrementando la viscosità di una bevanda a base di yogurt si è determinato un innalzamento del suo effetto saziante, quindi viva gli spuntini **cremosi**!

LE DIMENSIONI CONTANO

È stato dimostrato che si tende a mangiare di più avendo a disposizione una confezione più grande indipendentemente dalla qualità del cibo.
Il diffondersi dei fast food ha determinato una proliferazione di **porzioni maxi** dato che le varie catene si danno battaglia sul terreno della "convenienza" economica.
Anche il "piatto pulito" rappresenta un obiettivo fondamentale, tanto la razione è maggiore, tanto di più si dovrà mangiare per ottenere lo stesso risultato.
Persino la **varietà** è un importante fattore che spinge a consumare più cibo.
Quindi occhio ai buffet perché potrebbero portarci fuori strada.
Per sabotare l'alleanza tra cervello e ambiente è meglio smettere di mangiare quando si conversa, acquistare piatti più piccoli e dividere la pietanza con un altro commensale.
Nonostante ci sforziamo di limitare gli eccessi, siamo sempre più convinti che l'uomo è programmato per mangiare troppo, forse a causa di un retaggio del nostro passato.
Al tempo dei nostri avi, divorare tutti ciò che si trovava garantiva la sopravvivenza: nel XXI secolo ed in questa parte del mondo, invece, probabilmente è vero il contrario.

ginevra lautizi

SE NON SEI COME ME NON MI INTERESSI

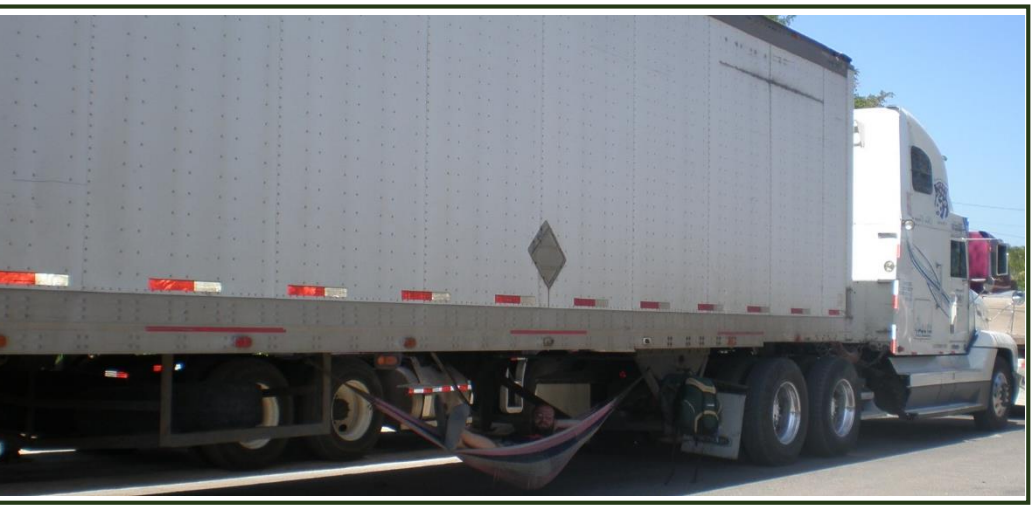
Anche se ci troviamo nel ventunesimo secolo, purtroppo, la nostra società è piena di pregiudizi con i quali ci troviamo a fare i conti ogni giorno.
"Una quarantadue? Oddio! E quando inizi la dieta?" "I tuoi genitori non hanno il lavoro? Ecco perché ti vesti così male" "Sei un ragazzo e stai con un altro ragazzo? Curati! Hai una malattia!" "Sei incinta? E vabbè, non importa, abortisci, la vita continua!". Queste sono le frasi che si sentono ogni giorno in ogni angolo del mondo, ma soprattutto tra i ragazzi, bombardati da modelle anoressiche, calciatori straricchi e *Famiglie del Mulino Bianco*; condizionare le idee di un adolescente è facilissimo e purtroppo questi prototipi di vita perfetta stanno spingendo all'omologazione l'intera popolazione dei teenager.
Le diversità che prima erano dei pregi e dei motivi di vanto adesso sono diventate causa di occhiatacce, insulti alle spalle e isolamento. "Se non sei come me non mi interessi": il motto giovanile è ormai questo.
Bisognerebbe solo che molti ragazzi, di mentalità chiusa, capissero che il mondo è bello perché è vario, che frequentare persone diverse è un modo per fare nuove esperienze, conoscere nuove culture e nuovi stili di vita e limitarsi ad un gruppo di persone uguali in tutto e per tutto a noi non aiuta nelle relazioni e non ci offre nulla di più di quello che potremmo avere anche stando da soli.
Bisogna essere aperti, odiare i pregiudizi ed evitare di giudicare un libro dalla copertina, ma sfogliarlo e leggerlo prima di esprimere un parere. La condizione in cui, soprattutto noi adolescenti, viviamo è sconfortante, sapere che potremmo essere giudicati solo per il nostro aspetto e non per quello che effettivamente siamo fa nascere in noi rabbia e rassegnazione.

Quante volte al telegiornale o su internet si legge di ragazzi e ragazze malmenate solo a causa della loro cultura, dei loro gusti musicali, del loro orientamento sessuale o, più semplicemente, delle loro idee? Molti non si accorgono di quanto sia bella la diversità e di quanto le differenze siano i punti di partenza per instaurare amicizie e fare nuove esperienze. Come sarebbe bello un mondo privo di difficoltà nel relazionarsi con persone diverse da noi e nel quale poter essere se stessi, senza dover avere paura del giudizio altrui.

maria cristina mancini

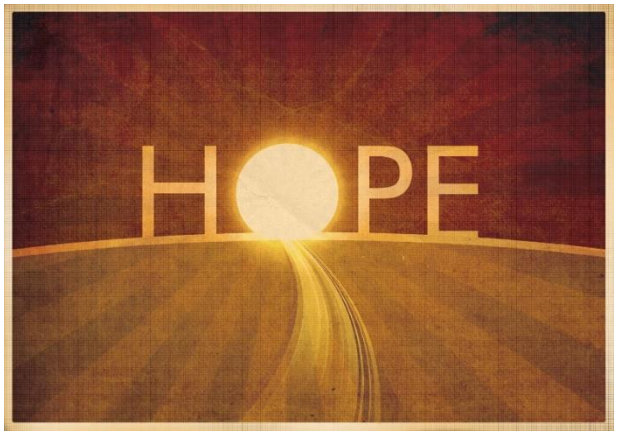
LE DIFFICILI CONDIZIONI DELLA SOPRAVVIVENZA

In questo numero il secondo dei tre racconti premiati al concorso "La scrittura non va in esilio", promosso dalla fondazione Centro Astalli.



Sopravvivere. Ciò che l'uomo cerca con più assiduità di ogni altra cosa. Spingerebbe chiunque in pericolo a commettere azioni che non avrebbe mai fatto, azioni che non sapeva neanche di poter perpetrare. Ce lo dimostra la storia dell'umanità, durante la quale si sono verificati esodi di massa da uno stato all'altro, o addirittura da un continente all'altro. Io non mi sono differenziato da questa umanità e non ho alcuna intenzione di farlo. La mia storia rispecchia a fondo il significato della parola "sopravvivere" ed ho intenzione di raccontarvela, perché chi non ha mai avuto bisogno di scappare, chi non ha mai sofferto la fame, chi non sa cosa significhi veramente voler sopravvivere, deve ricordare una cosa fondamentale, che a volte si dimentica: la vita è una e una sola.
Fa freddo, anzi, fa molto freddo, ma non posso mollare adesso, ora che ho l'opportunità di evadere da quella che fino ad ora è stata un'esistenza grigia e a tratti nera. Nera come è nero l'asfalto che vedo scorrere sotto i miei occhi, ad una distanza di circa cinquanta centimetri. Nera come è nero l'olio motore che spesso mi scorre lungo il collo, che poi cade, si infrange sull'asfalto e scompare. Svanisce proprio come svanivano le mie aspettative ogni volta che trascorrevo un giorno in più nella mia amatissima nazione che ho dovuto abbandonare. Sono nato in Siria, ma non sono siriano; sono curdo. Il Kurdistan non è uno stato indipendente, ma è, purtroppo, solamente una nazione molto discriminata. Questa vera ghettizzazione è dovuta a motivi svariati, ma, a mio parere, la causa principale è quella economica, poiché il sottosuolo curdo è molto ricco.
Il mio nome è Elend (che significa "primo raggio di sole del mattino") Ocalan e sono nato ad Afrin nel 1971. Io e la mia famiglia, formata dai miei genitori e da mio fratello Berhem, siamo di religione cristiana, e ciò aggrava ulteriormente la nostra situazione; infatti, come se non bastasse, veniamo discriminati anche da altri curdi, che sono però di religione islamica, la predominante in Kurdistan. Sono innamorato della musica, anche se non ho mai tenuto in mano uno strumento, ma spero ardentemente che questo folle viaggio sotto l'inospitale ventre di un camion mi porti almeno ad imbracciarne uno.
Il viaggio sarà lunghissimo, ne ero già a conoscenza, e me lo aveva confermato il camionista al momento della partenza, avvenuta durante la notte del 5 febbraio 1993. Con quest'ultimo avevo trovato accordi attraverso conoscenze di mio padre e con una forte spinta economica. Purtroppo sarei stato l'unico a partire, poiché Berhem era morto dieci anni prima a causa del crollo del soffitto della scuola,

dovuto ai bombardamenti della guerra contro i tradizionalisti-integralisti siriani, e i miei genitori avevano investito tutti i loro risparmi per la mia partenza, inoltre non erano più in grado di sostenere un viaggio del genere.
La spedizione proseguiva. Non sapevo qual era la velocità, né quando sarebbe avvenuta una sosta, né se ce ne sarebbe mai stata una. Avevo saputo di persone che erano fuggite nel mio stesso modo. Molte erano perite, o perché si erano assicurate in malo modo, o perché dei pesanti detriti li avevano colpiti. Del resto la scelta era tra rimanere in terra siriano-curda e andare incontro a morte certa o tentare la fortuna.
Nessuna parte del mio corpo è scoperta, ma sento comunque un gran freddo. Provo a dormire, che è la sola cosa che possa fare, ma le imperfezioni della strada me lo impediscono in parte. Il camionista intanto ha acceso la radio, che riesco ad ascoltare. All'istante capisco però che avrei preferito rimanere nel mio limbo di semi-incoscienza da sonno, perché lì non percepivo i morsi dolorosi della fame, ma soprattutto non avrei mai potuto apprendere che Afrin era stata attaccata e rasa al suolo.
Avrei voluto chiuderla lì, ma che senso avrebbe avuto? Del resto i miei hanno dato letteralmente tutto per salvare me. Perciò ripongo il mio coltellino a serramanico che aveva già cominciato ad incidere la corda che mi tiene legato al camion.
Mi rassegno, provo a rilassarmi e stavolta mi addormento. Sogno la mia famiglia e la mia vecchia casa, l'ambiente che la contorna è un'orgia di colori vivaci, bimbi che giocano, vecchi nostalgici che discutono di tempi passati sulle panchine e mio fratello, vivo, che mi corre incontro. È felice, ma ad un certo punto si volatilizza e con lui anche il paesaggio circostante. Mi giro, cerco un particolare, un'immagine, qualcosa, ma niente: il nulla, tutto nero.
Mi sveglia l'acqua, ha cominciato a piovere forte e le gocce raggiungono anche il mio viso. Dovrei aver dormito molto a giudicare dalla luce, completamente assente. Il camion non sosta, ma è possibile che l'autista non si rifocilli



mai? Sarà una notte digiuna e insonne, accompagnata dalla radio, che passa canzoni di una lingua incomprensibile. Ciò mi conforta, perché significa che abbiamo superato la dogana e ora ci troviamo in Turchia. Fortunatamente le canzoni sono orecchiabili. Trascorro la notte immerso nei miei pensieri: Cosa mi aspetterà? Quando ci fermeremo? Quando arriverò? Ma soprattutto, dove? Non avevo ancora una meta, ma tutti i luoghi sarebbero stati migliori di quell'inferno. Il mattino seguente arriva accompagnato dalla prima sosta del camion, finalmente! Il veicolo ferma proprio in una area di servizio. Non appena l'autista spegne il motore mi slego, mi lascio cadere e quando scende e si dirige verso il bar, io sono già scivolato dietro un fabbricato. I muscoli del mio corpo sono ancora un po' intorpiditi e hanno un disperato bisogno di operare, come anche la mia vescica. Quindi sbrigo i miei obblighi fisici e appena il camionista termina di sbrigare i suoi, sono già legato sotto il camion e pronto per, ahimè, ripartire.
Prima di tornare sotto il camion, però, ero riuscito a leggere su un grande cartello una scritta: "Ponte Fatih Sultan Mehmet". Il ponte è meglio conosciuto come il secondo ponte sul Bosforo ed è uno dei due ponti che collegano il continente asiatico all'Europa. E' fatta. Sono arrivato in Europa e ovunque ormai andrà bene per vivere. Sì, vivere, e non sopravvivere. Ricordo che "Il vecchio continente" era descritto dai più anziani della mia comunità come una terra promessa, come un paradiso. La saggezza dei più attempati è rinomata e pertanto mi fiderò di

loro, anche perché ho bisogno di sperare ancora in qualcosa, sebbene non sia tangibile.
Grazie a qualche reminiscenza di geografia sono in grado di affermare che mi trovo o in Bulgaria o in Grecia. Non fa alcuna differenza perché, come già asserito, sarei soddisfattissimo di qualsiasi meta, perciò mi metto "comodo" e mi preparo psicologicamente ad affrontare quello che per me sarà un nuovo mondo. Sfortunatamente, l'appuntamento con questo tarda ad arrivare poiché il conducente del camion prosegue, senza sosta...

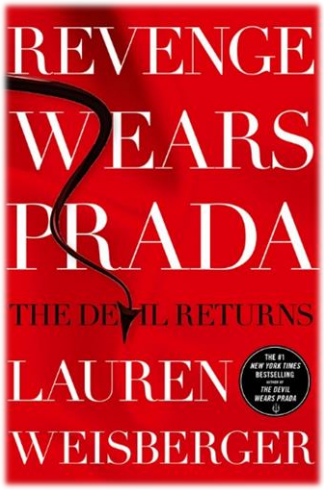
Quando la luce naturale si estingue, e viene rimpiazzata da quella artificiale dei lampioni, inaspettatamente il camionista si ferma. Attendo dei minuti, poi mi slego e sgattaiolo a nascondermi. Da qui osservo il camionista, che si sta adoperando per preparare un giaciglio confortevole su cui distendersi per la notte. Subito il mio stomaco mi ricorda della sua esistenza, brontolando e rivendicando cibo. Non ho nulla da mangiare, se non una barretta energetica che mia madre mi aveva fatto scivolare in tasca prima della partenza. Me la farò bastare. Mangiato, mi do un tono per non far capire di essere emigrante e vado a parlare con un benzinaio. Fortunatamente parla inglese e riesco a capire che ci troviamo in Croazia.

La sosta del camion avrebbe potuto significare per me la meta, l'arrivo del mio infernale viaggio, o forse no.
Finalmente dormo disteso. Me la godo a tal punto da fare un bellissimo sogno: mi trovo al teatro "La Fenice" (popolare anche nel mondo), sono sul palco circondato da persone vestite elegantemente come me, ho in mano uno strumento, il violino. A un certo punto inizio a suonare, poi smetto, faccio l'inchino al pubblico ed esco. Mi avvolge un bagliore di luce immenso e mi trovo davanti un antichissimo monumento che avevo visto una volta su una cartolina: il Colosseo. Lo ammiro nella sua maestosità, lo aggiro e trovo un'altra bellezza inestimabile, anzi, un complesso: la Valle dei Templi di Agrigento. Emozione che continua mentre ammiro i bellissimi paesaggi della Toscana... ma tutto scompare con l'avvento dell'alba.
Mi assicuro nuovamente al camion e infatti partiamo poco dopo. Il mio viaggio non è concluso, ma adesso so dove terminerà. La mia meta è l'Italia. Terra di bellezze inestimabili immerse in paesaggi sempre vari e nuovi. Tutto ciò che facciamo, scattare una foto, scrivere un libro, è una branca dell'arte. Ed io, che amo la musica, dove sarei dovuto andare se non nella patria dell'arte vera? Prossima fermata: Italia.
Oggi, dopo 14 anni che vivo a Trieste, ho moglie, Sara, e due bambini, Berhem e Nicolò. Il camion non passò per l'Italia, e quando si fermò in Svizzera dovetti proseguire sperando nella bontà delle persone, non sempre presente, praticando gli autostop. Arrivai al centro di assistenza per i profughi di Trieste dove conobbi Sara, che faceva volontariato. Sono anche riuscito ad ottenere lavoro come postino e vengo retribuito regolarmente. Nutro il mio bisogno di suonare con dei corsi serali e spesso ci esibiamo, io ed il mio violino, in chiesa, durante la messa.
Sono tornato solo una volta ad Afrin, ma non lo rifarò. Dove una volta si trovava la mia scuola crivellata, che guardavo comunque sempre con profondo rispetto, oggi c'è un supermercato, e dove c'era la mia piccola seppur confortevole casa, oggi si stende un amplissimo parcheggio. Ricordo che da quel viaggio tornai mesto e depresso.
Ma la mia vita è ormai in Italia, dove c'è una famiglia che mi ammira per quello che ho fatto: sopravvivere con assidua ricerca di libertà. Una libertà di pensiero, di religione, di parola, che da dove vengo neanche si sa cosa sia.
Volere è potere, e la mia volontà mi ha reso libero

francesco zanella

LA VENDETTA VESTE PRADA

Lauren Weisberg, dopo il successo del suo primo romanzo *Il diavolo veste Prada*, torna a sconvolgere il mondo della moda, e in particolare la redazione di Vogue American, con il suo ultimo libro, "La vendetta veste Prada". Sono passati dieci anni da quando Andrea Sanchs, protagonista della storia, si è licenziata dal lavoro per cui "milioni di ragazze ucciderebbero" come assistenti di Miranda Priestly, guru della moda internazionale e direttrice di "Runway". La sua vita negli ultimi anni è molto cambiata, ha fondato "The Plunge", una importante rivista di matrimoni, insieme alla sua migliore amica Emily, nonché sua ex rivale a "Runway", e sta per sposarsi con uno degli scapoli d'oro di New York, Max Harrison. Ormai di quel terribile periodo non le restano altro che qualche incubo notturno e il terrore di incontrare lei, il Diavolo. Le sue paure prendono forma e Miranda riappare nella sua vita per vendicarsi del torto subito dieci anni prima, nessuno può voltarle le spalle senza sopravvivere indenne. Tutto quello per cui Andy aveva sempre lottato le viene di colpo strappato via: la sua rivista, il suo matrimonio e la sua amicizia con Emily. Ma proprio quando tutto le appare distrutto, ecco comparire un altro fantasma del suo passato, il suo vecchio e grande amore Alex. I due si rincontrano e Andrea finalmente riesce ad ottenere quello che davvero aveva sempre sognato: l'amore. Ma la domanda che milioni di lettori si pongono è: "Cosa ne penserà la Wintour?" Ormai è risaputo che il personaggio di Miranda, interpretato anche nell'omonimo film da Meryl Streep, è il ritratto della editor più temuta e riverita nella moda, Anna Wintour, direttrice di "Vogue" dal 1988. La Weisberg, durante un'intervista con il New York Times, ha implicitamente dichiarato di essersi ispirata alla sua esperienza lavorativa nella rivista come assistente della Wintour e che, dopo averla lasciata per il giornale "Departures", ha avuto l'idea di scrivere il romanzo. Il suo successo lo deve in parte all'attenzione che i giornalisti le hanno mostrato solo per il semplice fatto che la protagonista indiscussa della scena era nuovamente lei, il Diavolo. Criticato, ma non per questo meno amato, per i troppi gossip e riferimenti alla vita privata di persone reali, *La vendetta veste Prada* è la rivelazione dell'anno, soprattutto perché ci regalerà, come nel prequel, particolari piccanti e immagini sfavillanti di un mondo che è sempre alla ricerca di arte, evoluzione e di dettagli sempre più futuristici, che ci trasportano in una dimensione del tutto nuova. Prepariamoci quindi a un romanzo ricco di colpi di scena, intenso, spietato, che ipnotizza il lettore fino all'ultimo capoverso e che, a farla da padrone, saranno nuovamente la moda e la vendetta, perché si sa che la moda non perdona.



marika curzi

LOOPER

Anno: 2012
Durata: 118 min
Genere: fantascienza
Regia e sceneggiatura: Rian Johnson
Interpreti: Joseph Gordon-Levitt, Bruce Willis, Emily Blunt

Il film è ambientato in un futuro prossimo, il 2074, quando gli uomini hanno finalmente a disposizione l'invenzione più attesa: il viaggio nel tempo, il cui uso viene, però, immediatamente dichiarato illegale: La criminalità se ne serve, allora, per far sparire nel nulla le persone di cui si vuole sbarazzare, mandandole 30 anni nel passato e trasformandole in killer a pagamento. Questi sicari dovranno, però, pagare a loro volta un prezzo altissimo: alla scadenza dei 30 anni, se sono ancora vivi, saranno a loro volta assassinati dal loro stesso futuro, chiudendo quindi il loop. Tutto funziona al meglio finché Joe, uno degli assassini condannati a morte, rompe il loop scampando al suo destino.

Looper è un ottimo film e la cosa che colpisce di più è che Rian Johnson riesce ad utilizzare in modo innovativo un concept semplice come il viaggio nel tempo, di cui da anni si è fatto un uso smodato nel mondo del cinema fantascientifico, risultando nuovo e per niente banale. Le dinamiche del viaggio non vengono spiegate poiché, come il personaggio di Joe afferma, i fatti concreti sono i soli importanti: in questo modo il regista risparmia allo spettatore troppi interrogativi sulle logiche e sugli aspetti tecnici, presentando un film che si regge bene sulle sue gambe con una trama affascinante, senza sfruttare il viaggio nel tempo per tutta la sua durata e senza basarsi troppo su di esso e sul suo funzionamento, concentrandosi, invece, sullo sviluppo dei rapporti interpersonali fra i personaggi.

Questi ultimi vengono analizzati in tutte le loro sfaccettature, coinvolgendo il pubblico nelle loro vicende attraverso un meccanismo di empatia con il protagonista che rende il film avvincente e per niente superficiale.

Il mondo del futuro immaginato dal regista/sceneggiatore è sorprendentemente verosimile.

Gli effetti speciali sono usati con maestria e contribuiscono all'atmosfera che il film vuole creare; anche la fotografia, impeccabile, permette di gustare scene d'azione o semplici dialoghi nel modo migliore e più chiaro possibile.

Grazie anche al suo cast davvero di qualità, il film è ottimo e senz'altro da consigliare a chi sia in cerca di un pellicola di fantascienza fresca e coinvolgente, ingiustamente passata in sordina nelle sale italiane.

romeo balota & luca pagliei

In questo numero la nonna di Sara De Monaco ci racconta la sua storia, parlando al telefono con la nipote

STORIE AL TELEFONO

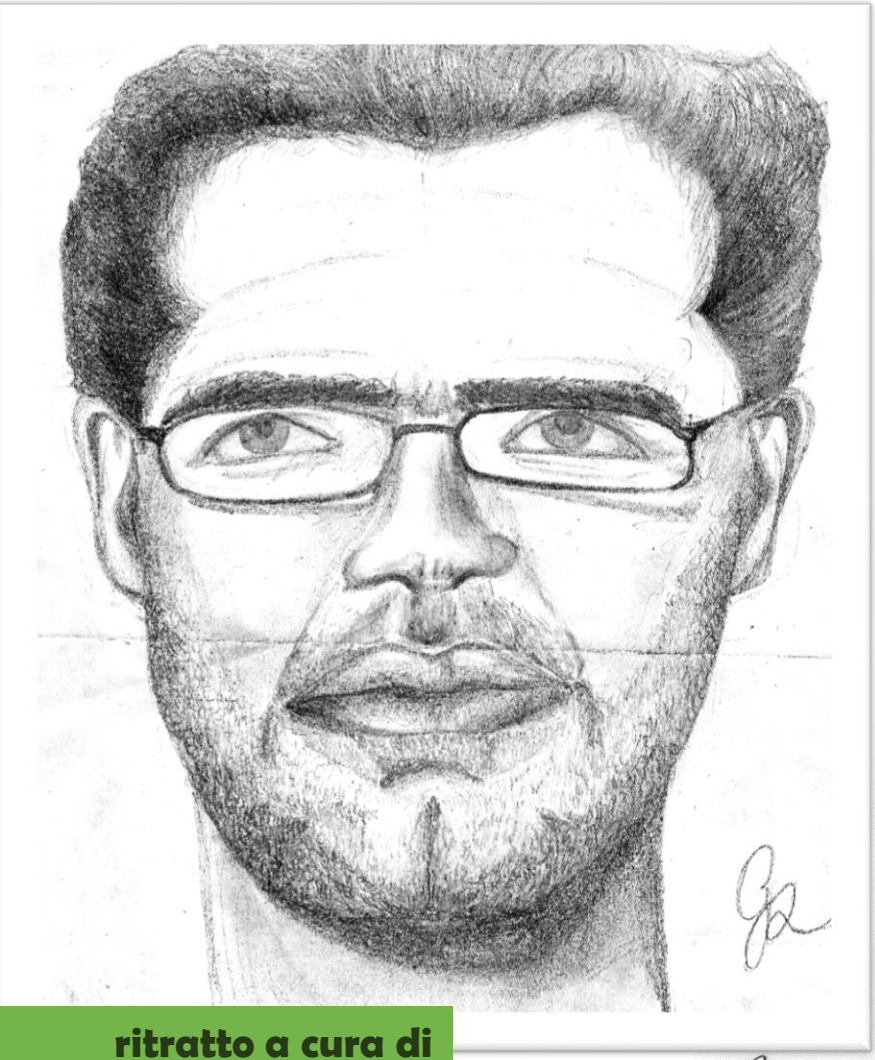
Quando ero giovane, cara Sara, è inutile dire che tutto era diverso. Credo che tutti voi nipoti ormai conosciate un'altra persona rispetto a quella che sposò il nonno anni fa. O forse quella persona è solo stanca e sopita chissà dove. Come ti avrà detto anche la tua mamma, da piccola ero molto vivace, forse anche più di te. E questo carattere, unito ad un padre autoritario come il mio, aveva i suoi rischi, ma adesso mi dà qualcosa da raccontarti quando c'è il tempo per ascoltare. Allora ciò che veniva prima di tutto era il lavoro. Bisognava aiutare a casa, al negozio e soprattutto si rispettavano le regole. Forse in questo non sono stata granché brava, anche se si parla di eccezioni. Prima non si usciva quasi mai, a meno che non si sgattaiolasse via di nascosto, e le rare volte ufficiali e autorizzate, c'era un coprifuoco ben preciso, che non si poteva certo ignorare. Niente balli o feste per noi, eravamo gente che non aveva né troppo né troppo poco. Le amiche le vedevo alla scuola di ricamo, l'unica che io abbia frequentato, dalle suore di clausura. Ricordo che ce n'era sempre una che leggeva mentre lavoravamo, ma aveva, oltre ad un marcato accento nordico, il vizio di saltare le parole che non riteneva opportuno che noi sentissimo. Un'operazione che non aveva molto successo dato che riuscivo ad accorgermene ogni volta, e tendevo a farglielo notare rigorosamente, in un dialetto che ella stentava a capire. Un altro giorno invece, per scherzo, pensai bene di infilarmi nella "ruota" del convento (che, essendo di clausura, era utilizzata per far passare biscotti e altri oggetti senza dover mai uscire). Non serve a niente dirti che rimasi incastrata e le mie amiche dovettero aiutarmi ad uscire. In un paese come il nostro in cui tutti sanno tutto di tutti, credo che chi tutt'oggi ricorda rida ancora di me. Ma ne avrei ancora tante da elencare: per esempio quando uscivo di nascosto per comprare le alici fritte. Mia madre le adorava, mentre mio padre no, e se non piacevano a lui non c'era nulla che si potesse fare in merito: semplicemente non si mangiavano. Tuttavia io le compravo e le mangiavamo di nascosto, anche se credo che, fosse stato per la tua bisnonna, nessuno le avrebbe viste fino al giorno in cui si fosse sposato. Un grande uomo il tuo bisnonno, ma si doveva fare quello che diceva lui. Non voleva nemmeno che bevessimo caffè, ma io mi nascondevo in cantina e ignoravo anche questa regola. Era diventato più semplice soprattutto dopo che tuo nonno venne a consegnare un televisore, distrazione unica per mio padre. È così che ci siamo conosciuti tuo nonno ed io: lui lavorava in un negozio di elettrodomestici, ma aveva girato tanto nei sette anni di servizio militare. Ci sposammo dopo che riuscì ad aprire un negozio tutto suo, in cui abbiamo investito rinunciando persino al viaggio di nozze. Avevo pochi anni in più rispetto a te, ma per gli standard di allora ero perfettamente nella media. Adesso, in un'era in cui tutto vuole essere veloce, alcune cose si sono rallentate, come incapaci di trovare un loro posto. Certo, magari prima in tutto il paese c'erano tante biciclette ed una sola macchina, non avremmo potuto chiacchierare al telefono come stiamo facendo ora, ma c'era qualcos'altro che adesso sopravvive solo in queste piccole storie. Tuttavia io ormai sono vecchia e non faccio più caso a molto, ho preoccupazioni da nonna, ma so che se di questo qualcosa qualcuno sentirà mai la mancanza, quelli sarete voi, miei cari nipoti.

"IL CASO NEYMAR: QUANDO I SOLDI ROVINANO IL CALCIO"

Se ne è parlato poco, è vero, ma questo fatto è, per gli addetti ai lavori, di grande importanza per il calcio europeo e mondiale.
Il caso Neymar è scoppiato negli ultimi giorni di gennaio ed ha portato ad una destrutturazione societaria del club blaugrana.
Tutto inizia il 20 gennaio 2014 quando "il mundo deportivo", noto quotidiano iberico, rivela i particolari e fa scoppiare il caso Neymar.
Nell' articolo, infatti, si citano i documenti del trasferimento del fuoriclasse ex Santos e idolo dei ragazzi di mezzo mondo. I documenti del trasferimento dicono che il fantasista è costato al Barcellona **95 milioni** (si dice anche 120) e ne sono stati dichiarati "solo" 57.
Il mondo è piccolo e questa è la causa dell'immediata diffusione della notizia. Tanto che dopo alcune ore si legge anche sui quotidiani italiani.
La denuncia ufficiale di **appropriazione indebita** di **40 milioni** arriva il giorno dopo e il giudice sportivo catalano la prende in carico: inizia il caos.
Il presidente Rosell si dimette dall'incarico con parole smielate per la Catalogna e per il club forse più forte al mondo.
Il Santos non resta a guardare, anzi, accusa il Barcellona di aver tentato di comprare il silenzio dei dirigenti brasiliani.
Il Barcellona, ovviamente, smentisce e rigira in modo assurdo, almeno in apparenza, le accuse ad un altro club, il Real Madrid, rimproverando i Merengues di aver creato la notizia dal nulla e addirittura di aver pagato il Santos per rendere tutto più credibile, oltre che di aver intrapreso rapporti, anche finanziari, con il padre del giocatore, il quale afferma: "Il Barcellona ha comprato mio figlio illegalmente perché ha sbaragliato la concorrenza di altri club pagando 10 milioni al Santos nel 2011" (un po' come una tangente).
Dopo gli attacchi però, allo stadio come nella vita, arrivano i contrattacchi o, per gli amanti del calcio, i "contropiedi".
Il nuovo presidente del Barça conferma alla radio le accuse verso i Merengues (ma non parla del signor Neymar), dicendo: "Stiamo vedendo da Madrid una certa belligeranza verso il Barça. Sembra che gli costi molto digerire che abbiamo giocatori come Messi o Neymar e che il Barcellona abbia dominato in questi anni. E quello che non vincono sul campo sembra che vogliano vincerlo negli uffici".
Sembra solo una tempesta passeggera, una di quelle cui "segue il sole", ma non è questo il caso.
Non finisce così: non solo il presidente si è dimesso, ma c'è anche il rischio di una maxi-multa che metterebbe a rischio il rinnovo del super-contratto di Messi (da **30€ al MINUTO**) sul quale si concentrano, da poco sempre più insistenti, voci di imminente trasferimento in estate.
Una considerazione è lecita: il pallone ormai è fatto di cifre, non più di cuoio come eravamo abituati a vederlo anni fa, quando le squadre non spendevano somme folli, ma coltivavano talenti nei vivai; ora non vince la squadra più forte, ma la squadra più ricca... e lo chiamano ancora sport!

tommaso felici

In questo numero il "ritratto" del prof. Gravela



ritratto a cura di giulia lanzillotta

disegno a cura di federico radiciotti

redazione

DIREZIONE

DIRETTORE RESPONSABILE
GABRIELE GIULIANI (5H)

VICEDIRETTORE
MIRKO GROSSI (5H)

CAPOREDATTORE
SAMUEL PATRONE (4B)

CAPO GRAFICO/IMPAGINATORE
VALENTIN IFRIM (3I)

RESPONSABILE SEGRETERIA
VIRGINIA PIZZONIA (5H)

GRAFICI

DAMIANO ANTONELLI (1SA),
RICCARDO IMBASTARI (1SA)
SAVERIO FORESTIERO (1SB)
FEDERICA VILLANI (2B)
GIULIA COLANGELI (2H)
LIVIA FIORELLI (2H)
BEATRICE GRAZIANO (2H)
EDOARDO MERENDA (2H)
FRANCESCA NICOSIA (2H)
ARIANNA SANTILLO (2H)
LORENZO ROSSI (3H)
GIULIA LANZILLOTTA (3I)
GABRIELE SIMONETTI (4A)
CLAUDIA GAGLIARDI (4C)
LAURA AMARANTE (4E)
FEDERICO RADICIOTTI (4H)
ANDREA RICCIOTTI (5B)
LUCA CERQUETANI (5F)

SEGRETERIA

CHIARA PULVANO GUELFI (1F),
DAVIDE SERA (4A),
LORENZO D'AGOSTINO (4E),
ELEONORA MARAZITA(4E),
VALENTINA MANNA (5H)

REDATTORI

GIADA CORRADO (1I)
GAIA FANELLI (1I)
GIORDANO CAUCCI (1SA)
DAVIDE DE VITO (1SA)
LUNA GASPARRO (1SA)
ELISA MARTINELLI (1SA)
GAIA BORRACCESI (1SB)
TOMMASO FELICI (1SB)
GIULIA OPRIS (1SB)
VALENTINA ATZORI (2B)
MARIKA CURZI (2B)
LUCA MARRUCCI (2B)
ALESSANDRO MONTENEGRO (2B)
GIOVANNI PAGGIARINI (2B)
SIMONA DELLE CESE (2C)
MARIA CRISTINA MANCINI (2H)
GIADA SBARAGLIA (2H)
TAMOI FUJII (3I)
ALESSANDRO IORI (3I)
GINEVRA LAUTIZI (3I)
GIULIA MAGGIO (3I)
GIULIA PALOMBI (3I)
GIULIA REMO CUPILARI (3I)
VERONICA VENAFRA (3I)
DIANA BRAESCU (4A)
GUIDO EVANGELISTI (4A)
VALERIO FUSCO (4A)
MATTEO GRAMEGNATOTA (4A)
PATRYK PONZA (4A)
FEDERICO PICHINI (4A)
FEDERICA SCARPELLINI (4A)
LEONARDO MASCARINO (4C)
SARA DE MONACO (4C)
MARTINA PENSA (4C)
ALESSIO PETRONELLI (4C)
RITA BECCIANI (4F)
JUAN DIEGO TURATTI (4G)
ROMEO BALOTA (4H)
LUCA PAGLIEI (4H)
EVA DI FIDIO (5B)
ARIANNA LOMBARI (5B)
MARIA BARBATO (5E)
VALENTINA GALIOTTA (5E)
ILARIA NOSCHESE (5E)
DAYAN GABANCHO (5F)
MARCO LINARI (5F)
MATTEO MURCIANO (5H)

PROFESSORESSE

FILOMENA FUSELLI (RESPONSABILE),
GIORGIANA BERTULLI, MATILDE DE LEO, ROSANNA IACOVINO

SI RINGRAZIANO PER LA COLLABORAZIONE LA PROF.SSA CARLA VALESINI E IL PROF. ALBERTO DE ANGELIS

elettronVolt

Dott. Prof. Vincenzo Manna

Medico Psicoterapeuta
Specialista in Neurologia e Psichiatria
Active Member of the New York Academy of Sciences

Via Quintilio Varo, 133 D2 - Tel. **06.71584135** M Subaugusta - ROMA
Viale San Nilo, 32 - Tel. **06.9412433** - Grottaferrata (Roma)
E-mail:drvincman@tiscali.it Cell.: **333.3625218**

FAZZINI & SALVANESCHI
STUDIO TECNICO

Lidiziana
Fazzini
Geometra

00144 Roma • Via Cina, 450
Tel. 06.52244379 • Fax 06.52248112
E-mail: viacina@tiscalinet.it

La Fonte del Gelato

dal 1992

Piazza della Pace, 6
Tel. 06 79321578
00043 Ciampino (RM)
info@lafontedelgelato.com
www.lafontedelgelato.com

Pilates
GYROTONIC®
Osteopatia

Naturopatia
Stanza del Sale
Cardiofitness
Posturale e Correttiva
Reiki

www.officinaolistica.com
info@officinaolistica.com
0656566961 3396735688
Via del Fosso dell'Acqua Mariana 84 A/B/C/D